

**STRES PEKERJA ANDIKALANG GURU-GURU
SEKOLAH MENENGAH DAERAH
KUALAKANGSAR, PERAK**

Tesis ini diserahkan kepada Sekolah Siswazah, Universiti
Utara Malaysia untuk memenuhi sebahagian daripada
keperluan **ijazah** Sarjana Sains (Pengurusan).

Oleh:

Mohd Sazali Noordin



**Sekolah Siswazah
(Graduate School)
Universiti Utara Malaysia**

**PERAKUAN KER JA TESIS
(Certification Of Thesis Work)**

Kami, yang bertandatangan, memperakukan bahawa
(We, the undersigned, certify that)

MOHD. SAZALI BIN NOORDIN

calon untuk ijazah
(candidate for the degree of) Sarjana Sains (Pengurusan)

telah mengemukakan tesisnya yang bertajuk
(has presented his/her thesis of the following title)

STRES PEKERJAAN DI KALANGAN GURU-GURU SEKOLAH MENENGAH

DAERAH KUALA KANGSAR, PERAK.

seperti yang tercatat di muka surat tajuk dan kulit tesis
(as it appears on the title page and front cover of thesis)

bahawa tesis tersebut boleh diterima dari segi bentuk serta kandungan, dan meliputi bidang ilmu dengan memuaskan.
(that the thesis is acceptable in form and content, and that a satisfactory knowledge of the field is covered by the thesis).

AJK Tesis
(Thesis Committee)

Nama
(Name) En. Mohd. Taib b. Ariffin
(Penyeliu Utama/Principal Supervisor)

Tandatangan
(Signature)

Nama
(Name) P.M. Shahrom b. Hashim

Tandatangan
(Signature)

Nama
(Name) _____

Tandatangan
(Signature) _____

Tarikh
(Date)

28/4/97

KEBENARAN MENGGUNA

Dalam menyerah tesis ini sebagai keperluan pengajian lepas ijazah Universiti Utara Malayasia (UUM), **saya** bersetuju supaya pihak perpustakaan UUM mengadakan tesis ini **bagi** tujuan rujukan. **Saya** juga bersetuju bahawa kebenaran untuk membuat salinan keseluruhan atau sebahagiannya, **bagi** tujuan akademik mestilah mendapat kebenaran daripada penyelia **saya** atau semasa ketiadaan beliau, kebenaran **tersebut** boleh diperolehi daripada Dekan Sekolah Siswazah. Sebarang penyalinan, penerbitan atau penggunaan ke **atas** keseluruhan atau sebahagian daripada tesis ini, untuk pemerolehan kewangan tidak dibenarkan **tanpa** kebenaran daripada **saya**. Di **samping** itu pengiktirafan kepada **saya** dan UUM seharusnya diberikan dalam kegunaan bahan-bahan yang terdapat dalam tesis ini.

Permohonan untuk kebenaran membuat salinan atau lain kegunaan, **sama ada** secara keseluruhan atau sebahagiannya, boleh dibuat dengan menulis kepada:

DEKAN
SEKOLAH SISWAZAH
UNIVERSITI UTARA MALAYSIA
06010 UUM SINTOK
KEDAH DARUL **AMAN**

ABSTRAK

Tujuan kajian ini adalah untuk mengkaji stres pekerjaan di kalangan guru-guru sekolah menengah dengan melihat tahap-tahap stres; punca stres; hubungan tahap stres dengan **punca-punca** stres mengikut faktor demografi jantina, status perkahwinan, umur, tempoh perkhidmatan, kelayakan akademik dan lokasi sekolah mengajar di bandar dan di luar bandar.

Kajian ini melibatkan 235 responden dari 8 buah sekolah di Daerah Kuala Kangsar. Sebanyak 265 set borang **soal** selidik telah diedarkan sendiri oleh penyelidik kepada responden. **Dari** jumlah tersebut, hanya 235 orang yang telah memberikan kejasama dan menjawab **soal** selidik **tersebut** dengan sempurna. Set **soal** selidik mengandungi 48 item menggunakan lima skala Likert.

Data yang diperolehi dianalisis dengan menggunakan kaedah Statistik deskriptif dan statistik inferensi. Dua belas hipotesis utama yang dibentuk, di uji dengan menggunakan Ujian-t, **Analisis** Varian Sehalu (**ANOVA**), **Analisis** Korelasi Pearson dan **Analisis** Regresi Berganda (Multiple Regression).

Hasil kajian telah menunjukkan tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara stres pekerjaan yang dialami oleh guru dengan faktor demografi seperti jantina, status perkahwinan, umur, tempoh perkhidmatan, kelayakan akademik dan lokasi sekolah mengajar. **Walau** bagaimanapun terdapat perhubungan yang signifikan antara stres dengan punca yang menyebabkan stres di **mana** punca utamanya ialah skim perkhidmatan.

ABSTRACT

The purpose of this survey is to examine work stress among secondary school teachers by looking at the levels of stress, causes of stress based on demography factors, (sex, marital status, age, duration of service, academic qualification and school location i.e. town and rural)

This survey was carried out using a sample of 235 respondents from 8 schools in the district of Kuala Kangsar. A total of 265 sets of questionnaire forms were distributed by the researcher himself to the respondents. However, only 235 responded. The questionnaire consists of 48 items using **Likert** Five Scale.

The data collected was analysed using the descriptive statistic method and inferential statistic. 12 major hypothesis were formulated, tested using the t-test, Variant Scale Analysis (**ANOVA**), Pearson Correlation Analysis and MultipleRegressionAnalysis.

The results reveal that there is no significant difference between work stress faced by teachers and demography factors such as sex, marital status, age, duration of service, academic qualification and the location of school. Nevertheless, there is a significant relationship between stress and the causes stress where by the main cause is scheme of service.

PENGHARGAAN

ALHAMDULILLAH, setinggi-tinggi kesyukuran dipanjatkan kehadiran Allah S.W.T. **atas** hidayah, petunjuk dan rahmat-Nya membolehkan **saya** menyelesaikan kajian ilmiah ini seperti yang dirancang, **bagi** memenuhi sebahagian daripada syarat untuk memperolehi **Ijazah** Sarjana Sains Pengurusan.

Saya mengucapkan jutaan terima kasih kepada kedua-dua penyelia **saya**, Encik Mohd Taib bin **Ariffin** selaku penyelia utama dan Prof. Madya Shahrom bin **Hashim** selaku penyelia kedua kerana telah **memberi** nasihat, dorongan dan tunjuk ajar yang berharga dalam proses menyiapkan tesis ini.

Ribuan terima kasih **juga** ditujukan kepada Prof. Madya Dr. Ibrahim Abdul **Hamid**, Dekan Sekolah Siswazah, Universiti Utara Malaysia yang begitu bertimbang **rasa**, memahami dan **memberi** sokongan yang berterusan kepada semua pelajar Program Kembar IAB-UUM **Kohort** 3, Sarjana Sains Pengurusan. Ucapan terima kasih **juga** ditujukan kepada Pengarah IAB, Dr. Ibrahim **Ahmad** Bajunid dan **juga** Kementerian Pendidikan yang **memberi** peluang kepada **saya** untuk melanjutkan pelajaran. Tidak dilupakan **juga** ucapan terima kasih ditujukan kepada Pengarah Bahagian Perancangan dan Penyelidikan Kementerian Pendidikan, Pengarah Pendidikan Negeri

Perak, Pegawai Pendidikan Daerah Kuala Kangsar dan Pengetua-Pengetua yang memberikan kebenaran untuk menjalankan kajian ini. Begitu juga diucapkan ribuan terima kasih kepada guru-guru di sekolah yang terlibat dalam kajian ini yang telah memberikan kerjasama yang baik semasa menjawab **soal** selidik.

Saya juga mengucapkan terima kasih kepada pensyarah-pensyarah yang **banyak memberi** tunjuk ajar dan **juga** rakan **seperjuangan**, khususnya Encik Mohd Nor bin Usop yang **banyak** membantu dalam menyiapkan tesis ini.

Akhir sekali penghargaan yang khusus dan teristimewa ditujukan kepada keluarga tersayang dan **bonda** tercinta yang telah **banyak** bersabar dan setia menunggu serta telah mendoakan kejayaan di sepanjang pengajian **saya** di Universiti Utara Malaysia.

Mohd Sazali bin Noordin
Sekolah Siswazah
Universiti Utara Malaysia
Sintok, Kedah Darulaman.

KANDUNGAN

| | Halaman |
|--|---------|
| KEBENARAN MENGGUNA | i |
| ABSTRAK (Bahasa Malaysia) | ii |
| ABSTRACT (Bahasa Inggeris) | iii |
| PENGHARGAAN | iv |
| KANDUNGAN | vi |
| SENARAI JADUAL | viii |
| SENARAI RAJAH | x |
| BAB 1 : PENGENALAN | 1 |
| 1.1 Pendahuluan | 1 |
| 1.2 Pemyataan Masalah | 2 |
| 1.3 Objektif Kajian | 7 |
| 1.4 Kepentingan Kajian | 8 |
| 1.5 Skop Kajian | 10 |
| 1.6 Konsep Stres | 11 |
| 1.7 Teori Stres | 16 |
| 1.8 Definisi Konsep | 20 |
| BAB2 : SOROTAN LITERATUR | 24 |
| 2.1 Stres Pekerjaan Di kalangan Guru | 24 |
| 2.2 Kajian Lepas Tentang Faktor Demografi Dalam Stres | 28 |
| 2.3 Punca-punca Stres | 32 |
| BAB3 : METODOLOGI KAJIAN | 38 |
| 3.1 Reka bentuk Kajian | 38 |
| 3.2 Alat Penyelidikan | 38 |
| 3.3 Tatacara Pengumpulan Data | 40 |
| 3.4 Kerangka Konseptual | 41 |
| 3.5 Lokasi Kajian | 42 |
| 3.6 Populasi Kajian | 42 |

| | | |
|---|--|-----|
| 3.7 | Sampel Dan Persempelan Kajian | 43 |
| 3.8 | Kajian Rintis | 45 |
| 3.9 | Tatacara Analisis Data | 47 |
| 3.10 | Hipotesis Kajian | 47 |
| BAB 4 : ANALISIS DATA DAN DAPATAN KAJIAN | | 51 |
| 4.1 | Latar Belakang Responden Berdasarkan Jantina | 51 |
| 4.2 | Latar Belakang Responden Berdasarkan Status Perkahwinan | 52 |
| 4.3 | Latar Belakang Responden Berdasarkan Umur | 52 |
| 4.4 | Latar Belakang Responden Berdasarkan Tempoh Perkahwinan | 53 |
| 4.5 | Latar Belakang Responden Berdasarkan Kelayakan Akademik | 54 |
| 4.6 | Latar Belakang Responden Berdasarkan Lokasi Sekolah Bandar Dan Luar Bandar | 55 |
| 4.7 | Analisis Kebolehpercayaan Pembolehubah | 56 |
| 4.8 | Analisis Pembolehubah-Pembolehubah | 57 |
| 4.9 | Pengujian Hipotesis | 60 |
| 4.10 | Kesimpulan | 72 |
| BAB 5 : PERBINCANGAN DAN KESIMPULAN | | 76 |
| 5.1 | Persepsi Guru-Guru Terhadap Paras Stres | 75 |
| 5.2 | Tahap Stres Dan Punca Stres Di Kalangan Guru-Guru | 77 |
| 5.3 | Hubungan Antara Pembolehubah Bebas Dengan Tahap-Tahap Stres | 79 |
| 5.4 | Masalah Dalam Menjalankan Kajian | 79 |
| 5.5 | Cadangan-cadangan | 80 |
| 5.6 | Cadangan Untuk Kajian Akan Datang | 83 |
| 5.7 | Kesimpulan | 84 |
| BIBLIOGRAFI | | 86 |
| Lampiran 1 : | Soal selidik Kajian | 91 |
| Lampiran 2 : | Surat Kebenaran Daripada Bahagian Perancangan Dan Penyelidikan Pendidikan | 99 |
| Lampiran 3 : | Surat Kebenaran Daripada Jabatan Pendidikan Perak | 101 |
| Lampiran 4 : | Surat Perakuan Untuk Mengutip Data | 103 |

SENARAI JADUAL

| Jadual | Halaman |
|--|---------|
| 3. 1 Nama Sekotah, Gred Dan Bitangan Guru | 43 |
| 3. 2 Taburan Poputasi Dan Pemitihan Sampel | 44 |
| 3. 3 Anatisis Keputusan Ujian Rintis | 46 |
| 4. 1 Latar betakaang Responden Berdasarkan Jantina (n = 235) | 51 |
| 4. 2 Latar belakang Responden Berdasarkan Status Perkahwinan (n =235) | 52 |
| 4. 3 Latar betakang Responden Berdasarkan Umur (n =235) | 53 |
| 4. 4 Latar betakang Responden Berdasarkan Tempoh Perkhidmatan (n = 235) | 54 |
| 4. 5 Latar betakang Responden Berdasarkan Ketayakan Akademik (n = 235) | 55 |
| 4. 6 Latar betakang Responden Berdasarkan Lokasi Sekotah, Bandar Dan Luar Bandar (n = 235) | 55 |
| 4. 7 Anatisis Kebotehpercayaan Bagi Setiap Kumputan Item : Kepuasan Kerja (n = 235) | 56 |
| 4. 8 Anatisis Kebotehpercayaan Bagi Setiap Kumputan Item : Punca-punca Stres (n = 235) | 56 |
| 4.9 Anatisis Kebotehpercayaan Bagi Setiap Kumputan Item : Simtom-simtom Stres (n = 235) | 57 |
| 4. 10 Anatisis Pembotehubah Mengikut Kumputan Item Kepuasan Kerja (n = 235) | 58 |
| 4. 11 Analisis Pembolehubah Mengikut Kumputan Item Punca-punca Stres (n =235) | 58 |

| | | |
|-------|--|----|
| 4. 12 | Analisis Pembolehubah Mengikut Kumpulan Item Simtom-simtom Stres | 59 |
| 4. 13 | Analisis Ujian-t Ke atas Perbezaan Jantina Dan Stres Yang Dialami Di kalangan Guru (n = 235) | 60 |
| 4. 14 | Analisis Unian-t Terhadap Status Perkahwinan Dan Stres Di kalangan Guru (n = 235) | 61 |
| 4. 15 | Analisis Varian (ANOVA) Sehalu Di antara Umur Dengan Stres (n = 235) | 62 |
| 4. 16 | Analisis Varian (ANOVA) Sehalu Di antara Tempoh Perkhidmatan Dengan Stres (n = 235) | 63 |
| 4. 17 | Analisis Ujian-t Ke atas Perbezaan Kelayakan Akademik Dan Stres Yang Dialami Oleh Guru (n = 235) | 64 |
| 4. 18 | Analisis Ujian-t Ke atas Perbezaan Lokasi Bandar Dan Luar Bandar Terhadap Stres Di kalangan Guru (n = 235) | 65 |
| 4. 19 | Keputusan Ujian Regresi Berganda Bagi Pembolehubah Bebas (n = 235) | 67 |
| 4. 20 | Keputusan Ujian Korelasi Pearson Di antara Pembolehubah Faktor Pelajar DenganTahap Stres | 68 |
| 4. 21 | Keputusan Ujian Korelasi Pearson Di antara Pembolehubah Faktor Tuntutan Luaran Dengan Tahap Stres | 69 |
| 4. 22 | Keputusan Ujian Korelasi Pearson Di antara Pembolehubah Faktor Pelajar Dengan Tahap Stres | 70 |
| 4. 23 | Keputusan Ujian Korelasi Pearson Di antara Pembolehubah Tuntutan Masa Dengan Tahap Stres | 71 |
| 4. 24 | Keputusan Ujian Korelasi Pearson Di antara Pembolehubah Faktor Iklim Sekolah Dengan Tahap Stres | 72 |
| 4. 25 | Ringkasan Penganalisan Ke atas Semua Hipotesis Yang Dibina | 73 |

SENARAI RAJAH

| Rajah: | Halaman |
|---|---------|
| 1.1 Hubungan Di Antara Stres Dengan Prestasi Kerja | 14 |
| 1.2 Seiyee's General Adaptation Syndrome | 17 |
| 1.3 Model Tekanan | 18 |
| 1.4 Model Person • Environment Fit | 19 |
| 3.1 Kerangka Konseptual Stres Pekerjaan Di kalangan Guru-guru | 41 |

BAB 1

PENGENALAN

1.1 Pendahuluan

Stres pekerjaan merupakan satu pengalaman yang lumrah **bagi semua** pekerjaan. Stres merupakan cabaran yang menyebabkan **kita** kurang senang dan **juga tanpa** stres pula menyebabkan kehidupan menjadi bosan dan tidak bernilai. Jika diperhatikan dari satu sudut, stres merupakan penyelamat **hidup** dan **pada** sudut yang lain pula stres merupakan pemusnah kehidupan (Fontana 1989). Pendapat Hans Selye seorang pakar penyelidik mengenai stres **juga** mengatakan manusia yang **hidup tanpa** tekanan adalah **serupa** dengan mati.

Menurut Robbins (1993) stres adalah sesuatu keadaan yang dinamik dalam **mana** seseorang individu berhadapan dengan peluang, **halangan** atau tuntutan yang berkaitan dengan **apa** yang dia inginkan dan hasilnya adalah belum **pasti** tetapi penting. **Bagi** Gmelch (1982) **sama ada** stres itu **positif** atau negatif reaksinya terhadap fisiologi seseorang adalah **sama**. Ini kerana stres menimbulkan kesan ke **atas** tubuh, mental dan fizikal.

The contents of
the thesis is for
internal user
only

BIBLIOGRAFI

- Abdul Wahid b. Nuruddin. (1996). Stress Pekerjaan Di kalangan Guru, **Tesis Sarjana tidak diterbitkan**, Universiti Utara Malaysia.
- Alias Baba. (1992). **Statistik Penyelidikan dalam Pendidikan dan Sains Sosial, Bangi** : Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Asfoth, S.J. (1995). Climate formations; Issues and extensions. **Academy of Management Review**, 25, 837-847.
- Bakhtiar **Mansor**. (1993). Perguruan : Satu Perpektif Perkembangan Kerjaya. **Jurnal, Pengurusan Pendidikan** 3 (2) Institiut Aminuddin Baki. Kementerian Pendidikan Malaysia Kuala Lumpur : Percetakan Nasional **Berhad** 15 - 22.
- Blase, J.J. & Mathews, K. (1984). How principals stress teachers. **The Canadian School Executive**, 4, 8-1 1.
- Borg, M. G. et al. (1991). Stress in teaching : a study of **accupational** stress and its determinants, job satisfaction and career commitment among primary school teachers, **Educational Psychology**, 11 (I). 59-75.
- Borg, M.G. dan Riding, R.J.(1993a) Teachers stress and cognitive style. **British Journal of Educational Psychology**, 63, 271-286.
- Borg. M.G. dan Riding, R.J. (1993b). Occupational stress and job satisfaction among school administrators. **Journal of Educational Administration**, 31 (I), 4-12.
- Capel, S.A. (1987). The incidence of and influences of stress and burnout in secondary school teachers. **British Journal Education Psychology**, 57, 279-288.
- Cedoline, A.J. (1982). **Job burnout in public education: Systoms, Causes and survival skills**. New York: Teachers College Press.
- Cooper, C.L. dan Kelly, M. (1993). Occupational stress in head teachers: A national UK study. **British Journal of Educational Psychology**, 63 (I), 130-143.

- Cox, T. (1978). **Stress**. London: The MacMillan Press Ltd.
- Dua, J.K. (1994). Job stressors and their effects on physical health, emotional health, and job satisfaction in a university. **Journal of Educational Administration**, 32 (1), 59-78.
- DuBrin, A.J. (1980). **Effective Business Psychology**. Virginia: Prentice-Hall Company.
- Dunham, J. (1992). **Stress in Teaching**, second edition, London: Routledge.
- Edworthy, A. (1987) **Occupational Stress in Professional Groups**. Phd. Thesis. West Yorkshire: The British Library Document Centre.
- Farber, B.A. (1991). **Crisis in education** : Stress and burnout in the American teacher San Francisco: Jossey - Bass.
- Fletcher, B.C. and Payne, R.L. (1982). Level of reported stressors and strain amongst school teachers; some UK data. **Educational review**, 34, 267-78.
- Fontana, D. (1989). **Managing Stress**. Guildford: The British Psychological Society and Routledge Ltd.
- Ghazali Othman. (1979). An Investigation of the Sources of Job Satisfaction of Malaysia School Teachers. **Disertasi Ph. D.**, Los Angeles : University of California.
- Gmelch, W.H. (1982). **Beyond Stress To Effective Management**. New York: John Wiley and Sons, Inc.
- Habsah Abd. Rauf. (1986). Job Motivation, Job Satisfaction and Role Performance of Tabika Perpaduan Teachers in Panisular Malaysia. **Tesis Sarjana Sains**. Kuala Lumpur : Universiti Pertanian Malaysia.
- Hamzah Said. (1994). Kepuasan Kerja Guru dan Pensyarah Sains Pertanian . **Tesis Sarjana Sains tidak diterbitkan**, Universiti Pertanian Malaysia.
- Hassan b. Hashim. (1994). Pengurusan Stres Dan Kesan Terhadap Kualiti Kerja, **Buletin PKPSM Perak**, 1 (3), 15-17.
- Hinkle, L.E. (1973). The Concept of Stress in the biological and social science . **Science Medicine and Man**, 1, 31 -48.

- Hoy, W.K. and Clover, S.H.I. (1986) **Elementary School Climate: A revision of the OCDQ Educational Administration Quarterly**, 22.1, Winter 1986.
- Iwanicki, E.F.(1983). Toward understanding and alleviating teacher burnout. **Theory Into Practice**, **12**, 27-32.
- Jariah bt. Masud. (1992). **Keluarga dan Persekitaran: Perspektif Ekosistem**. Kuala Lumpur: **Dewan Bahasa dan Pustaka**.
- Kyriacou, C. dan Sutchliffe, J. (1978a). Teachers stress: Prevalence, Sources and Symptoms. **British Journal of Educational Psychology**, **48**, 159-167.
- Kyriacou, C. dan Sutchliffe, J. (1978b). Teachers stress and burnout: An international review: **Educational Research**, **29(2)**. 146-152
- Kyte, K.F. (1994). Perceptions of occupational stress among public school principals in Tennessee. **ProQuest - Dissertation Abstracts**, East Tennessee State University.
- Lee, Wu-Zen. (1994). Perceived levels of stress among teachers and principals of selected elementary and junior high schools in Taiwan(China). **ProQuest-Dissertation Abstracts**, University of SouthernMississippi.
- Litt, M.D. and Turk, D.C.(1985). Sources of stress and dissatisfaction in experienced high school teachers. **Jurnal of Educational Research**, 78, 3. Jan - Feb., 178-85.
- Lottie, D. (1975). **Schoolteacher : A sociological Study**. Chicago : University of Chicago Press.
- Marshall, J. dan Cooper, C.L. (1979).**Executive Under Pressure: a Psychological Study**. New York: Praeger Publishers.
- Maslach, C., and Jackson, S.E. (1984). Burnout in organizational setting. In S. Oskamp (Ed.), **Applied social psychology annual, Vol. 5 : Applications in organizational settings** (pp. 133-153). Beverly Hills,CA:Sage.
- Matteson, M.T. dan Ivancevich, J.M. (1989). **Controlling Work Stress: Effective Human Resources and Management Strategies**. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.

- Mihat b. Dolah. (1995). Pengurusan tekanan guru pelatih: Satu **analisis** di maktab-maktab perguruan terpilih. **Tesis Sarjana tidak diterbitkan**, Universiti Utara Malaysia.
- Mohd Majid Konting (1990). **Kaedah Penyelidikan Pendidikan**. Kuala Lumpur : **Dewan** Bahasa dan Pustaka.
- Mohd Redzuan Ishak. (1995). Kepuasan kerja dan stress di kalangan pentadbir sekolah **Tesis Sarjana tidak diterbitkan**, Universiti Utara Malaysia.
- Murdock, A. dan Scutt, C.(1993). Personal Effectiveness**. Great Britain:**Butterworth** - Heinmann Ltd.
- Prick, Leo G.M. (1989). Satisfaction and Stress Among Teachers. **International Journal of Educational Research**, 13,363-377.
- Robbins, S.P. (1993). Organizational Behavior : Concepts, Controversies, and Application**. Sixth Edition. New Jersey: Prentice - Hall, Inc.
- Rohani Aabdullah. (1983184). Tekanan guru : Satu kajian ke **atas** guru-guru yang mengajar KBSM, **Latihan Ilmiah tidak diterbitkan**, Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Ross, R.R. dan Altmaier, E.M. (1994). **Intervention in Occupational Stress: A Handbook of Counselling for Stress**. London: SAGE PublicationsLtd.
- Sabitha Marican. (1998). Penelitian **punca** stress dan kepuasan kerja di kalangan pentadbir ke arah membentuk program pengurusan stress yang berkesan. **Seminar Globalisasi dan kecemetlangan Pengurusan : Cabaran dan Prospek**, Sekolah Pembangunan Sosial, Universiti Utara Malaysia.
- Sarros, J.C. dan Sarros, A.M. (1992). Social support and teachers burnout. **Journal of Educational Administration**, 30 (I), 55-69.
- Schafer, W. (1987). **Stress Management For Wellness**. Chicago : Holt, Rinehart and Winston, Inc.
- Sekaran, U. (1992). **Research Methods For Business : A Skill Building Approach**. Second Edition. New York: John Wiley and Sond, Inc.

Soh, Kay **Cheng**.(1987) Teacher Stress A Correlate of Attitudes Towards **Responsibility** and Change. **Singapore Journal of Education**, 8 (1), 89-91.

Stouffer, R.E. (1992). Perceived stress of secondary public school administrators in Iowa (Secondary School). **ProQuest - Dissertation Abstracts**, The University of Iowa.

Tan Poo Chang dan Halimah **Awang**. (1994). **Pengenalan Statistik**, Kuala Lumpur : **Fajar Bakti**.

Tanner, C.K. , Schnittjer, C.J., and Atkins, T.T. (1991). Effects of the use of management strategies on stress levels of high school principals on the United States. **Educational Administration Quarterly**, 27 (2),203-224.

Akh bar:

Berita Harian, "**Murid** Ditampar dan Ditumbuk Oleh Guru", 26 Julai 1995.

_____, "**Murid Mati Dicedera** Dengan Niat", 10 Mei 1996.

Utusan Malaysia, 15 Orang Pelajar Tingkatan 2 Dimasukkan Ke Hospital", 17 September 1995.